



ELTERNMERKBLATT ZU VERHALTEN BEI KRAMPFANFALL

Knapp 5% aller Menschen erleiden während ihres Lebens einen Krampfanfall. Meistens handelt es sich um einen Gelegenheitsanfall, der quasi aus "heiterem Himmel" auftritt und sich nicht wiederholt. Typische **Triggerfaktoren** bei Jugendlichen sind Alkohol und Schlafentzug. So ein getriggert Anfall kann auch ein erster Hinweis auf eine zugrundeliegende Epilepsie sein. Hiervon spricht man aber nur dann, wenn sich die Anfälle wiederholen und auch ohne erkennbare auslösende Faktoren auftreten. An einer "echten" Epilepsie leiden in Deutschland ungefähr **0,5%** aller Menschen.

Generalisiert tonisch-klonische Anfälle beginnen meistens mit einem plötzlichen Sturz ("Fallsucht"), gefolgt von der tonischen Phase, in der der Körper versteift. Dann kommt es zur klonischen Phase mit rhythmischen Zuckungen der Extremitäten. Die meisten generalisierten Anfälle sistieren spontan nach **weniger als zwei Minuten**. Für die Anwesenden sind diese Ereignisse dabei oft erschreckender und unerträglicher als für die Betroffenen selber. Begleitsymptome, wie die tiefe Zyanose (= Blaufärbung der Lippen und der Zunge), das starke Speicheln und die aufgerissenen Augen, vermitteln den Eindruck, es bestünde Lebensgefahr oder der Patient würde sterben!

Tatsächlich **schädigen** die Anfälle die Betroffenen aber **nicht!** Eine Hirnschädigung ist erst möglich bei häufigen und vor allem länger dauernden Anfällen. Gefahr resultiert eher aus den Begleitumständen. Die wichtigste Aufgabe eines Ersthelfers ist es deshalb, den Betroffenen davor zu schützen, dass er sich mit seinen Krampfbewegungen irgendwo verletzt. Helfer sollten spitze und harte Gegenstände aus der Umgebung entfernen und enge Kleidungsstücke um den Hals etwas lockern. Muss der Krampfende aus einer Gefahrenzone gezogen werden, packt man ihn am besten am Rumpf.

Wenn die Stärke des Anfalls nachlässt, kann man den Betroffenen **auf die Seite drehen (stabile Seitenlage)**. So kann er leichter atmen.

Auf keinen Fall ...

... **dem Patienten am Mund manipulieren**

... **gewaltsam gegen die unwillkürlichen Bewegungen arbeiten.**

Manche beißen sich im Anfall auf die Zunge. Deshalb galt früher die Empfehlung, einen "**Beißkeil**" in den Mund zu schieben. Heute weiß man, dass die Verspannung der Mundmuskeln im Anfall so gewaltig ist, dass ein erzwungenes Mundöffnen bei Patienten und Helfern zu Verletzungen führen kann. Gleiches gilt für die Arme und Beine. Hält man die Betroffenen hier fest, kann es zu Knochenbrüchen und Ausrenkungen der Gelenke führen!

Ist der Anfall vorbei, müssen die Anwesenden entscheiden, ob eine Vorstellung im Krankenhaus notwendig ist. Ein erster Krampfanfall sollte auf jeden Fall abgeklärt werden. Eine Arztvorstellung ist auf jeden Fall dann notwendig, wenn es zu Verletzungen gekommen ist, sich Anfälle plötzlich häufen oder ungewöhnlich lange dauern. Bei Patienten mit einer bekannten Epilepsie ist das dagegen nicht bei jedem Anfall erforderlich. Im Zweifelsfall halten Sie Rücksprache mit Ihrem betreuenden Arzt oder wenden sich an unsere Klinik.

Wichtig:

**Bei bestimmten Aktivitäten ist Vorsicht geboten, solange die Erkrankung nicht klar ist! Das gilt vor allem für die Teilnahme am Straßenverkehr, beim Schwimmen, Baden und bei Sportarten mit Sturzgefahr sowie bei nächtlichen Ausflügen unter Alkoholeinfluss.
Dabei nie unbeaufsichtigt lassen!**

Wenn Sie ein Notfallmedikament erhalten haben, so geben Sie es bitte erst nach 3 Minuten (Rektal / Wangentasche).

Hilfreich für Ihren Arzt kann es sein, wenn Sie den Anfall mit Ihrem Handy filmen können. Selbstverständlich geht der Schutz des Patienten (siehe oben) vor!

Für weitere Fragen stehen Ihnen Ihre Stationsärzte zur Verfügung oder Sie wenden sich an Ihren Kinderarzt/ Ihre Kinderärztin.